

Living the Lotus 7

Buddhism in Everyday Life

2026
VOL. 250



6月5日～7日、ドミニク・スカランジェロ博士を講師に迎え、
RKINAがロサンゼルスで全米幹部教育を開催

Living the Lotus
Vol. 250 (July 2026)

【発行】立正佼成会 国際伝道部
〒166-8537
東京都杉並区和田2-7-1 普門メディアセンター3F
Tel: 03-5341-1124 Fax: 03-5341-1224
E-mail: iiving.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp
編集責任者: 前田 貴史
編集チーフ: 三川 紗知
校閲者: 小坂 和正、菊池 克之
編集スタッフ: 国際伝道部スタッフ

立正佼成会は1938年に庭野日敬開祖、長沼妙佼脇祖によって創立された、法華三部経を所依の經典とする在家仏教教団です。家庭や職場、地域社会の中で釈尊の教えを生かし、平和な世界を築いていきたいと願う人々の集まりです。現在は庭野日鏡会長とともに、私たち会員は仏教徒として布教伝道に励みながら、宗教界をはじめ各界の人々と手をたずさえ、国内外でさまざまな平和活動に取り組んでいます。

Living the Lotus—Buddhism in Everyday Life (法華経を生きる～生活の中の仏教) というタイトルには、日々の生活のなかに法華経の教えを活かして、泥水に咲く美しい蓮の花のように、人生を豊かに、そしてより価値あるものにしていきたいとの願いが込められています。本誌を通じて、世界中の人々に日々の生活のなかで活かす仏教の教えをお伝えします。

あなたに会えてよかった

庭野日鑛

立正校成会会長



素直に縁に随って

「今宵来し妻と見上ぐる盆の月」（森澄雄）——盂蘭盆の入りの日の宵、亡き妻を迎えてともに眺める月のなんと愛しく美しいことよ、といった趣でしょうか。先に旅立ったお連れあいに「あなたに恥じない生き方をしているよ、安心しておくれ」と語りかけているようにも感じられる一句です。

夫婦ほど深い縁で結ばれないまでも、私たちはだれ一人として、たった独りで生きてはいけません。人間という言葉どおり「人の間」で暮らし、人やものごととの出会いの積み重ねによって人生を紡いでいきます。開祖さまが、ずばりと「人生は出会いである」といっているとおりです。

ただ、その出会いのなかには、相手に恨みや憎しみを抱いて苦しむような出会いもあります。それほどではないにしても、人それぞれ人生経験も価値観も違いますから、反りがあわない人との出会いは少なからずあるものです。そういうとき、たとえば「この人とはあわないな」と思いこむと、ついその人を遠ざけたくなりそうですが、私はなぜかこれまで「自分にはないものをもった、おもしろい人がいるなあ」と感じたり、「こういう考え方もあるのだな」と受けとめたりすることが多かったように思います。

「袖振りあうも多生（他生）の縁」といい、仏教には「対面同席五百生」という言葉もあるように、道でたまたま出会った人でも前世からの深いご縁で結ばれているとされるのですから、一つの出会いを自分の都合や感情のまま、いい・悪いと判断するのはもったいない気もするのです。



詩人の谷川俊太郎さんは、「人と出会ったおかげで、自分とも出会えた」といっています。人との出会いによって自分では気づかない自分の一面に気づかされ、あるいは自分の意見に反対する人の考えを知って、それが自分を磨く砥石になることもあるのです。人格や人間性を高めるうえでは、自分の意見に賛成する人と反対する人が同じくらいいることが大切といわれますが、その意味でも縁に随って素直に人と向きあうほうが人生を豊かにすると思うのです。

亡き人とも出会い直す

とはいうものの、いやなことや嫌いな人を素直に受け入れるのはなかなかむずかしいことです。それでも、幸いなことに私たちは仏さまのおかげさまで、人にもものごとにもわりあい素直に向きあうことができます。本会では、自分にとって不都合な人や現象に直面したとき、「これは仏さまが何を教えてくださっているのだろう」と内省し、どうして自分がそれを不都合と受けとり、いま何をすることが大切かを冷静に見つめる契機としますが、このように仏さまに自分の心を重ねる習慣が素直な心につながるのです。

またよくよく考えてみると、とくに人との出会いは、さまざまな因と縁の連続によって生じた不思議なめぐりあわせによるものです。辞書で「縁」を引くと「人と人を結ぶ、人力を超えた不思議な力」とありますから、どなたとも出会うべくして出会ったとしかいいようがないのです。そのことを思えば、夫婦や親子、兄弟姉妹はもとより、出会ったすべての人に対して、「あなたに会えてよかった」と心からいえる私たちでありたいと思いますし、そうしてみんなが仲よく笑顔で向きあうことが、すべてが関係しあっていると教える縁起の理法にそった生き方なのだと思います。

まもなく迎える盂蘭盆会の際には、ご先祖やいまは亡き家族とも私たちはあらためて出会い直します。往時を思い起こし、つくづく「あなたに会えてよかった」と思慕と感謝の念を深めることでしょう。その一方で、いま命ある有り難さをかみしめるとき、読経供養の三帰依文や普回向など精進を誓う言葉がいつにも増して胸に迫り、亡き方々に恥じない生き方をしようとの思いも新たにするはずです。

(『佼成』2026年7月号)



家庭、社会、世界の平和のために、 まず自分が変わることを伝えたい

バンングラデシュ教会 スミ・ボルア

立正佼成会の信仰を始めたのは、いつごろ、どのようなきっかけだったのですか？

私の父が2000年にバンングラデシュに立正佼成会が設立されたころに入会し、私は信仰二代目です。父は長年にわたり支部長のお役を果たしながら、人びとの救いのために仏さまの教えを伝える努力を続けました。私も幼いころ父に連れられて、道場で同世代の友だちと一緒に遊んだり、ご供養をしたことを覚えています。とてもつらいことですが、私がまだ11歳の時、父は45歳で心臓発作によって亡くなりました。その最愛の父の遺志を継ぐことが悲しみを乗り越える力になると思い、私は青年部活動に参加し始めました。その後、私の信仰の大きな転機となったのは2017年、バンングラデシュ教会で開催された青年セミナーに初めて参加し、ビデオの映像を通して開祖さまのご法話を聞いたことでした。

「ただ食べて生きることだけが人間の生きる目的であるなら、人間と他の生き物との違いはなくなってしまう。本当に幸せになりたいのであれば、自己中心的な心を捨て、他者の幸せのために尽くさなければならない」

この開祖さまのお言葉に心を強く揺さぶられた私は、人さまの幸せのために何ができるかを考えるようになりました。そして当時家庭教師をしていた私は、その思いを実践する手段のひとつとして、経済的に貧しく、学校の授業料を支払うことができない多くの学生たちに無償で勉強を教えるようになりました。彼らと時間を共にし、その成長を見守ることは、私に深い喜びを与えてくれました。

また、バンングラデシュ教会には学林を卒林した30人を超える先輩たちが教会や地域社会でリーダーとして活躍されています。そうした姿を目の当たりに



卒林説法会で学林での学びを発表するスミさん

して、「仏さまの教えをもっと学んで、先輩たちのように人さまのお役に立てるような自分になりたい」という思いが強くなり、学林への入林を決意しました。今年3月に学林(蓮澍・海潮音科31期)を卒林されました。そして、卒林研究発表会では「自己の目覚めと家庭教育」をテーマにされましたが、このテーマを選んだ理由を聞かせてください。

私はバンングラデシュでの約8年間の家庭教師の

経験をとおして、どんなに経済的に恵まれていても、夫婦の不和や親子の断絶によって悩み苦しみを抱える家庭が少なくないことを知りました。そして、家庭の平和は生活の豊かさとは別の次元にあり、むしろ日常の家族の関係性や心のあり方が大きく影響していると実感したことが、このテーマを選んだ動機でした。家庭は子どもの心が安らぎ、人格形成を育む重要な場所であり、家庭教育はすべての教育の出発点だと思っています。また、学林で異文化の仲間と生活を共にし、立正佼成会の教えに触れる中で、「他者を変えることより、自分の見方や行ないを変えることが関係改善の第一歩である」という視点を深く学びました。この経験は、家庭の調和と平和を考えるうえでとても重要な基盤となりました。

帰国後、このテーマをどのように具体的に行動に移す予定ですか？

バングラデシュ教会では現在、主に子育て中のお母さん方を対象にして定期的に家庭教育セミナーを行なっています。このセミナーにこれから積極的にかかわらせていただくとともに、若者向けのワークショップや家庭教育プログラムを実施するなど、これまで家庭教育を学ばれたリーダーの皆さんと一緒にバングラデシュにおける家庭の平和づくりに少しでも貢献していきたいと思っています。



「穂掛祭」(稲刈り)で海潮音科の同期や後輩と

開祖さま、会長先生のお言葉で心に刻んでいる教えを聞かせてください。

開祖さまのお言葉では「ありのままに見る」ということを心に留めています。私たちは日ごろ、自分中心の見方や偏見、先入観というフィルターを通して物事を見ているために、好き嫌いや自分のものさしで善悪を判断してしまい、真実の姿を見ることができないのだと思います。だからこそ開祖さまは、私たちが仏さまの教えを学んで実践し、智慧を身につけることによって、初めて物事を「ありのままに見る」ことができると教えてくださっているのだと思います。

また、会長先生は常々、ご法話の中で「齊家」(家庭を斉える)ということを強調され、自分の心を正し、身を修め、家庭を斉えることが国の平和、世界の平和につながると教えてくださっています。私もこの「齊家」を胸に、家族がお互いに尊重し合い、「ありがとう」や「ごめんなさい」がすなおに言い合える思いやりにあふれた温かな関係が築けるよう、立正佼成会の教えと家庭教育の重要性を多くの人にお伝えしていきたいと思っています。

立正佼成会のどういうところに魅力を感じていますか？

いちばんの魅力は、会員の皆さんが、いつでも、誰に対しても合掌礼拝して笑顔であいさつされることです。その笑顔を見て、私はとても幸せな気持ちになりました。そして同時に自分が笑顔であいさつをすれば相手もきっと幸せな気持ちになると気づき、今、私も出会う人に笑顔であいさつすることを実践しています。

また、サンガ(信仰の仲間)の温かさと優しさにとっても魅力を感じています。サンガの皆さんは仏さまの教えをもとにして、人さまの痛みや悲しみ、そして喜びを自分のこととして受け止め、寄り添ってくださいます。ですから、たとえどんな大きな悩みや不安を抱えていても、《自分は決して一人じゃない。いつも大勢のサンガがそばで励まし、私の幸

Interview

せを祈ってくれている」と人生を前向きに歩むことができると思っています。

最後に、今後の修行目標を聞かせてください。

今はバングラデシュ教会の青年部の仲間と学林の生活や修行、大田教会での布教実習など日本で学んだ多くの体験と功德を、感謝の気持ちを込めて語っていきたいですね。また、法華経や立正佼成会の教えに基づく家庭教育を学ぶ中で、

家庭の平和は個人の変化から始まり、その変化が家族関係を変え、社会や世界の平和に波及していくことを確信しました。その意味からも「自分が変われば相手が変わる」ということを心に銘記し、すべての人が幸せになれる法華経の教えを一人でも多くの人に伝えていくことを今後の修行目標とさせていきたいと思っています。



学林ウォークでの集合写真(前列右から四番目)



煩惱即菩提

ドミニク・スカランジェロ
立正佼成会国際アドバイザー



法華經の如来神力品に示される「即是道場」は、私たちが家庭や職場、学校など、日常生活のあらゆる場所を修行の場として教えを実践できるよう、そっと背中を押してくれる教えです。

前回は人生の苦を自分自身の成長や悟りの機会として受け入れることで、私たちの人生経験がいかに変化し、苦しみの最中にあっても苦しみから自由になれることを学びました。今月は、それと密接に関連のあるテーマ、煩惱との向き合い方について考察していきたいと思います。

お釈迦さまがお説きになったように、私たちは悟りを得ることで苦しみを乗り越えることができます。「それならばまずは煩惱を完全に除去し、出来るだけ早く悟ることが優先だ」と思う方もいるかも知れません。しかし、人生で直面する苦への関わり方と同様、煩惱を頭から否定することは、必ずしも賢明なアプローチではないように思えます。

法華三部經の結經である「仏説觀普賢菩薩行法經」には、次の矛盾とも思えるような経文がありますが、皆さんは目にしたことがあるでしょうか。それは「菩薩の所行は結使を斷ぜず使海に住せず」という一節で、わかりやすく言い換えれば、「菩薩の実践は、煩惱(結使)を断ち切ることなく、かといって煩惱の海に浸かりきる(住)こともない」という意味です。なぜお釈迦さまは煩惱に溺れることだけでなく、煩惱を断ち切ることも否定されたのでしょうか？

お釈迦さまは出家される前、釈迦族の王子として、さまざま欲求を思うままに満ち、優雅な王宮生活を送っていました。しかしそのような暮らしに虚しさを覚え、城を去り、人間の根源的な苦を克服する道を求めることを決意されました。そして山中や森林に住み、煩惱を根絶するための厳しい苦行に身を投じました。この時、一日に米一粒しか口にしない苦行も経験されたと言われます。しかし6年間の苦行を経ても煩惱を断ち切ることはできず、ある日、これらの苦行を放棄されました。それはなぜかと言えば、お釈迦さまはそのような極端な自己否定は単に執着の裏返しであり、依然として煩惱に支配されたままであることを悟ったからでした。

否定することと乗り越えることは同じではないのです。

このことは、皆さんも何かの習慣をやめようとした経験があればおわかりかと思います。たとえば私は、ドリスのようなスナック菓子を食べるのをやめようと思っても、結局コンビニで徳用サイズを買って、一人で食べてしまうことがよくあります。食欲を否定することで、逆に食欲に火をつけてしまうのです。

もし指をパチンと鳴らすだけで、煩惱や欲望を一瞬にして消し去ることができたら、どんなにいいでしょうか。しかし、それではその奥に潜んでいる問題に気づく機会を失ってしまいます。煩惱や欲望は、より根深い根本的な問題のあらわれであるため、単に否定するのではなく、私たちに何を教えてくれているのか耳を傾ける必要があるのです。

ここで、先月に続き光祥さまが「立正佼成会基本構想」(2018-2037年)の中でおっしゃっている言葉を紹介します。

「私たちは、善い人間でも悪い人間でもありません。優しく冷たい、思いやりと暴力が同居する、縁によって変化する『たくさんの私』です。自分の不足、足りなさを恐れることはありません。なぜなら不足は私たちが幸せへと向かうエンジンだからです。」





人生で出合うさまざまな問題と同じように、煩惱は正しく向き合えば、私たち自身の成長や向上の機会を与えてくれます。ですから単に否定すべきものではありません。否定すれば悟りの機会を放棄してしまうことにもなるのです。

仏教ではよく「煩惱即菩提」、つまり迷いと悟りは表裏一体であると説かれます。では、私たちはいったいどう煩惱に向き合えば良いのでしょうか？

先ほどの「立正佼成会基本構想」のなかで、光祥さまは次のようにもおっしゃっています。「不完全な自分から目をそらさず、煩惱や欲望を見つめましょう。不足の中に幸せの種があり、つながることで物語は動き出すのです。」

煩惱や欲望を深く見つめることで、私たちにはわかることがたくさんあります。心を開いて自分の経験を他の人に話し、相手の経験も聞かせてもらうことで、実は煩惱の中には菩薩の願い、つまり自他の幸福を求める心が宿っていることに、私たちは互いに気づくことができます。これこそが私たちの内なる仏性の発見なのです。

先日、国際仏教教会(IBC、日本に住む外国人に仏教や法華経の教えを伝える立正佼成会のサンガ)主催の「花まつり」で、東京都在住の呉徳華さんが体験説法をされ、その中でご自身の気づきを美しい詩で表現されていました。その一部を紹介し、今月の学びの結びにしたいと思います。

仏さまの教えを通して、
執着と戦う必要はないのだと、学び始めました。
ただ優しく見つめ、受け入れ、そして少しずつ手放していく——

そのように向き合えるようになってきています。
私が一番得たものは、これです。
正直に申し上げると、まだ確信を持って言えるわけではなく、今も道の途中にいます。

それでも少しずつ、仏さまは遠くにいる存在ではなく、

自分の中に仏性として備わっているのではないかと、ふと感じる瞬間が増えてきました。



サンガの現場レポート

北米国際伝道センター長 吉澤孝之

ある日、訪問介護の会社でマネージャーをされている会員Hさんから電話がありました。その内容は、突然、裁判所から届いた通知で、Hさんのもともと働いていたヘルパーのBさんが会社に対して訴訟を起こしたことを知り、困惑しているというものでした。

Bさんが訴訟を起こしたのは「職場で不当な扱いを受けた」、「クライアントから暴言や差別を受けていたのに改善されなかった」、「十分な仕事を与えられず生活に困窮した」という理由からでした。

訴訟に至った経緯を尋ねると、Hさんは「当時Bさんに合う条件のクライアントが少なかったため、結果的に仕事を減らさざるを得ず、Bさんに申し訳なさを感じていたこと」、「ちょうどその時期に長期帰国を控えていたため、問題と十分に向き合えないままマネージャーの同僚に引き継ぐ形になってしまい、心残りに感じていた

こと」、また「訴訟を起されたのは、会社に復帰して間もなくの頃だったこと」などを話してくださいました。

そして今の状況を尋ねると、Hさんは「勤務実態などの証拠と雇用契約書を裁判所に提出して返答したものの、Bさんはその返答に納得せず、とことん争う姿勢を見せている」との答えでした。

私は法座の席や電話で相談を受けた際、Hさんに自分の心をもうひとりの自分の目でしっかりと観察してみることをお勧めしました。すると、その後Hさんは、訴訟を知った時は「なぜ私の時に？」という疑問や、Bさんに「裏切られた」という思い、同僚のマネージャーへの不満、自分の甘さへの後悔など、さまざまな感情が次々に湧き上がったことを正直にお話ししてくださいました。

数日後Hさんから連絡があり、「自分の心を観察す

ることで、これまで気づいていなかった多くの執着や感情が見えてきました。そして、Bさんの表面的な言動だけでなく、訴えを起こすまでにどんな苦しみや思いがあったのかに思いを巡らすことができ、また相手に寄り添おうとする自分も見えました。まずは湧き上がってきた思いを否定せずに受け止めたうえで、教えに照らして、心を整えようと努めました」と、ご自身の心の変化を教えてくださいました。私はHさんに、「毎朝のご供養の時、ご自身のご先祖さまだけでなく、Bさんのご先祖さまへも心を繋げ、今回いただいたご縁の意味を求めてみては？」とお伝えさせていただきました。

その数週間後、法座の中でHさんは、「そもそもBさんは前の上司の時から会社への不満を募らせていたにもかかわらず、なぜ私の時にこの問題が起きたのか疑問でしたが、『今の自分に必要な修行を仏さまから頂いているのかもしれない』と受け止められるようになり、心が少しずつ静かになっていきました。さらに自分の心の奥を見つめてみると、心の修行をしたいと願っていたことに気づいたのです。そして吉澤センター長さんのおっしゃるとおり、仏さまは私自身が本当に願っていることを与えてくださっていたのだと気づかせていただきました。この『本当に願っていること』が現象に現れた時、素直にありがたいと受け取れるかどうか、体当たりで取り組んでいきたいです」と、今の思いをお分けくださいました。私はただうなずくだけでした。

私はHさんから相談を受けた最初の日から、ただHさんとBさんの双方にとって最善の結果が得られることだけを願っていました。やがて、半年ほど関係者同士

のやり取りや法的な手続きが続いた後、ついに裁判当日を迎えました。

その日のことをHさんは電話で報告してくださり、法座でも次のように話してくださいました。

「裁判当日の朝、ご供養をあげながら、『すべては仏さまのお慈悲』とはこのことかと納得することができました。すると、何かがストンと腑に落ちる音が聞こえたのです。そして裁判は、思いもよらない形で終わりました。相手側は少し遅れて裁判所に駆け込み、『家族の緊急事態のため、今すぐ飛行機に乗らなければならない』と裁判官に申し出たそうです。裁判官から、『今回訴訟を取り下げれば、同じ内容で訴えることはもうできませんが、それでも良いですか』と問われると、Bさんはそれを受け入れ、その場で訴えは却下となりました。勝ち負けではなく、誰も深く傷つかず終わったことに、私は大きな意味を感じました。この出来事を通して、『教えに沿って歩めば、仏さまは最善の道を示してくださる』ということ、自分自身の体験として深く心に刻むことができました。」

それから一年が経ちました。私はHさんが自らの心に潜んできた感情や執着を否定することなく、それらを深く見つめることで自分自身の本当の願いに気づき、訴訟という試練を自身の成長の機会にされたことを心からうれしく、そしてすばらしいと思います。そして、サンガの皆さんとともに、Hさんの体験から教えていただいた、すべてのご先祖さまへの感謝と、神仏への報恩感謝に込められた意味を、深く噛み締めてまいりたいと思います。



慈悲心から生まれる厳しさ

厳しさの薄れた社会

立正佼成会開祖 庭野日敬



近年、常識では考えられないような犯罪が続発しています。幼い女の子ばかりを誘拐して殺したり、仕事がいやになったからといて働いている工場に放火したり等々、首をひねらざるをえないような異常さです。

ところが、テレビの Reporter などが近所の人たちに話を聞くと、たいていの場合、「いつもは大人しい、人なつこい人です」とか「まじめで、よく働く人でした」とかという答えが返ってきます。これはいったいどういうわけでしょうか。

心理学者にいわせると、甘やかされて過保護に育ったせいで、世間の厳しさに耐えられない弱い性格となり、欲するものを正しい方法で獲得するという積極性に欠けるために、つい、ふつうの人では考えられないような安易な方法をとってしまうのだ……といっています。

また、そうした異常な罪を犯すまでにはいたらなくても、無気力で、気が弱く、ちょっとしたことで自殺してしまうような少年少女の存在も、近ごろよく見聞きします。少年少女ばかりでなく、青年、壮年になっても、忍耐とか発奮といった精神力に乏しく、何かにつけて挫折しやすい人も増えています。これまた、甘やかされて育ったせいだといわれています。

これを思い、あれを思えば、子どもを育てるにはやさしさと同時に、厳しさも必要であることが痛感させられます。そういえば、鳥や獣でも、生まれたての子は舐めるようにかわいがって育てますが、大きくなって巣立ちを前にすると、少しずつ突き放して、大自然や天敵などの危険から身を守ることを自分でおぼえるようにしむけます。

花木や果樹のような植物でも、かわいがりすぎて肥料や水をやりすぎると、美しい花も、いい実もつけません。やはり、枝葉を適当に剪定して危機を乗り切る生命力を引き出してやる必要があるのです。人間も生き物の一種ですから、それと同じなのです。

出会いに学び、出会いに感謝する

国際伝道部長
前田貴史

皆さん、こんにちは。今月の会長先生のご法話のタイトルは、「あなたに会えてよかった」です。家族や友人、職場の仲間、地域の方々に対して、いつもこのような気持ちで接することができたなら、どれほど温かく幸せな毎日になることでしょうか。

開祖さまは「人生は出会いである」とお説きくださいました。私たちの人生は、人との出会いによって形づくられています。そして、その一つひとつの出会いを通して、自分自身が磨かれていくのだと思います。

私たちは日々、無意識のうちに「好き・嫌い」や「正しい・間違っている」といった判断をしてしまいがちです。しかし、「自分の考えこそが正しい」と思い込んでしまうと、仏教でいう「とらわれ」の心が生じます。その結果、自分と異なる価値観を持つ相手を否定してしまうことにもつながります。

けれども、価値観の違う人や、苦手だと感じる相手との出会いもまた、私たちにとって大切な「学びの縁」ではないでしょうか。会長先生は、異なる考えを持つ人に対して、「そういう考え方もあるのだな」と受け止めてきたと話されています。そのお姿から、出会いをあるがままに受け入れることの大切さを学ばせていただきました。

法華経には、観音さまは人々を導くために「三十三の姿」となって現れると説かれています。それはつまり、目の前の人との出会いはすべて、自分の見方や心の狭さに気づかせてくれる貴重な機会なのかもしれないということです。

今月も、「あなたに会えてよかった」という感謝の心で、一瞬一瞬の出会いを大切に、日々歩んでまいりたいと思います。



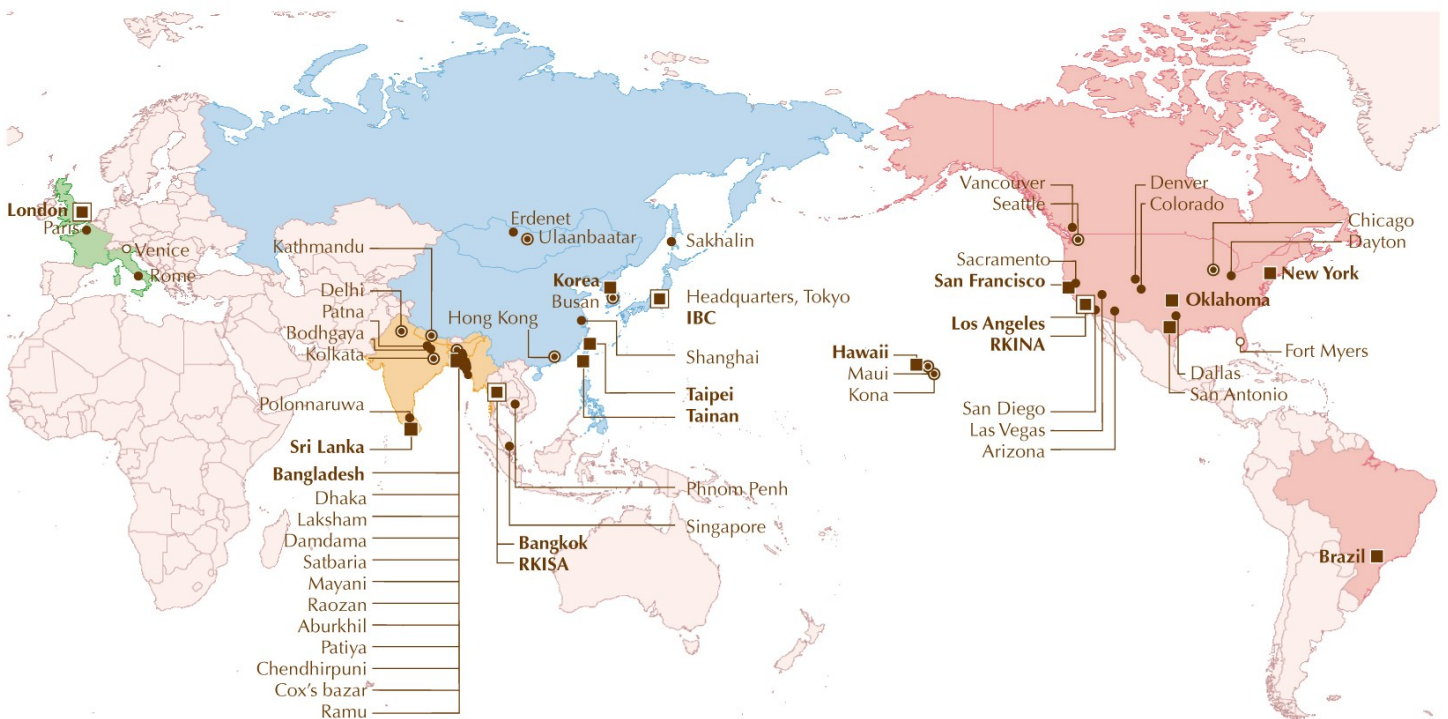
5月11日、韓国教会の玄関前で会員の皆さんと(前列中央)

Rissho Kosei-kai International

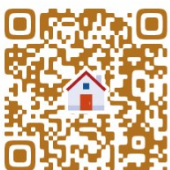
Make Every Encounter Matter



🌸 A Global Buddhist Movement 🌸



Information about local Dharma centers



facebook



X



✉ We welcome comments on our newsletter Living the Lotus: living.the.lotus.rk-international@kosei-kai.or.jp